



7. Arnstädter Alteburgstaffel

Arnstadt / 22.05.2019

□□□□

Der IKK-Mix

□□: Der IKK-Mix

□□: 28

□□: 6.00 km

Staffel 5 x 1,2 km

□□□□:

Staffel

□□□: 35:48

□□: 10.06 km/h

□□□□: 5:58 min/km

□□□□□: 32 (of 43)

□□□□□□: 25:59

□□□□□: 32(of 43)

□□□□□□□: 25:59

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□	□□□	□□□	□□□	□□ -	□□ -	□□ □□□	□□ □□□
Wechsel	1.20	6:38	5:31	27	2:12	27	2:12	1.20	6:38	5:31	27	2:12	27	2:12
Wechsel	1.20	6:35	5:29	18	1:21	18	1:21	2.40	13:13	5:30	19	3:33	19	3:33
Wechsel	1.20	7:24	6:10	31	2:14	31	2:14	3.60	20:37	5:43	24	4:55	24	4:55
Wechsel	1.20	8:07	6:45	36	3:34	36	3:34	4.80	28:44	5:59	30	7:56	30	7:56
□□	1.20	7:04	5:53	36	1:55	36	1:55	6.00	35:48	5:57	32	9:49	32	9:49